**ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA TAHAP PERKEMBANGAN USIA DEWASA DENGAN INTERVENSI RENDAM KAKI AIR HANGAT CAMPURAN GARAM**

**1)Nour Ifani Qoirunissa2)Rufaida Nur Fitriana**

**1)**Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga Universitas Kusuma Husada Surakarta

2)Dosen Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta

**Email : nourifaniq@gmail.com**

**ASTRAK**

Keluarga adalah dua orang atau lebih yang disatukan dalam ikatan perkawinan yang bertujuan untuk mempunyai keturunan agar bisa meneruskan budaya, meningkatkan perkembangan fisiologis, emosional, dan sosial di setiap anggota keluarga tersebut. Tahap perkembangan dewasa ini biasanya masalah kesehatan yang sering terjadi adalah Hipertensi dikarenakan istirahat yang kurang cukup, tidur yang kurang, olahraga yang tidak teratur. Pengobatan non farmakologis biasanya dapat dikontrol sendiri medikasi yaitu dengan cara pemberian terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam, dimana rendam kaki air hangat dengan campuran garam dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi. Tujuan studi kasus adalah Memberikan gambaran Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan dewasa dengan *Intervensi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam*. Studi kasus ini untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada tahap perkembangan keluarga dewasa menggunakan *Intervensi Terapi* *Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam.* Subjek yang digunakan adalah keluarga pada tahap perkembangan VI dewasa atau usia 18 tahun sampai masa pernikahan, dengan masalah kesehatan hipertensi. Hasil studi menunjukkan bahwa pengelolaan kasus asuhan keperawatan pada tahap perkembagan dewasa diketahui bahwa setelah dilakukan kunjungan 4 kali dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat campuran garam, didapatkan bahwa hasil tekanan darah menurun setelah dilakukan terapi sebelumnya dilakukan pengukuran tekanan darah yaitu 190/80 mmHg menjadi 165/80 mmHg.

**Kata Kunci :** Hipertensi , Tahap perkembangan Dewasa, Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam

# FAMILY NURSING CARE AT THE ADULT STAGE OF DEVELOPMENT WITH SALT-MIXED WARM WATER FOOT SOAK INTERVENTION

**1)Nour Ifani Qoirunissa2)Rufaida Nur Fitriana**

1Student of Associate’s Degree in Nursing Study Program of Kusuma Husada University of Surakarta

2Lecturer in Nursing of Kusuma Husada University of Surakarta

# Email : nourifaniq@gmail.com

**ABSTRACT**

A family is two or more people who are united in marriage with the aim of having offspring in order to continue culture, improve physiological, emotional and social development in each member of the family. At this stage of development, the most common health problem that occurs is hypertension due to insufficient rest, lack of sleep, and irregular exercise. Non- pharmacological treatment can usually be controlled by medication, namely by administering warm water foot soak therapy with a mixture of salt, where soaking the feet in warm water with a mixture of salt can reduce high blood pressure in hypertension sufferers. The aim of the case study was to provide an overview of family nursing care at the adult development stage with the intervention of salt warm water foot soak. This case study explored the problem of nursing care at the development stage of an adult family using the salt-mixed warm water fooat soak intervention. The subjects used were families at stage VI of adult development or aged 18 years until marriage, with health problem of hypertension. The results of the study showed that in the management of nursing care cases at the adult development stage, it was found that after 4 visits with the provision of warm water foot soak therapy mixed with salt, it was found that the results of blood pressure decreased. Before the therapy, the blood pressure was 190/80 mmHg and after therapy it decreased to 165 /80 mmHg.

**Keywords :** Hypertension , Adult development stage, Salt-Mixed Warm Water Foot Soak

Translate by

**PENDAHULUAN**

Keluarga adalah dua orang atau lebih yang disatukan dalam ikatan perkawinan yang bertujuan untuk mempunyai keturunan agar bisa meneruskan budaya, meningkatkan perkembangan fisiologis, emosional, dan sosial di setiap anggota keluarga tersebut. Keluarga memiliki 8 tahapan perkembangan diantaranya keluarga dengan tahap perkembangan dewasa atau biasa disebut dengan (*adult family*), ditahap perkembangan dewasa ini biasanya masalah kesehatan yang sering terjadi adalah Hipertensi dikarenakan istirahat yang kurang cukup, tidur yang kurang, olahraga yang tidak teratur (Safrudin, 2021)

Hipertensi merupakan suatu keadaan seseorang yang mengalami perubahan tekanan darah yang meningkat sehingga menyebabkan tekanan darah diatas normal yang bisa mengakibatkan (morbiditas) anagka kesakitan dan (mortalitas) angka kematian. Hipertensi adalah tekanan darah didalam pembuluh darah yang mengangkut darah dari jantung memompa darah menuju keseluruh jaringan dan organ tubuh (Tuwaidan, 2021).

Hipertensi merupakan kondisi seseorang yang sering didapatkan pada pelayanan kesehatan. Penanganan hipertensi belum spesifik meskipun banyak obat-obatan yang telah tersedia. Di Indonesia, tingkat kesadaran akan kesehatan yang rendah dalam perkembangan era globalisasi sekarang dimana terjadinya perubahan gaya hidup bayak pasien yang tidak mengetahuai bahwa dirinya menderita hipertensi (Widyastuti, 2020).

Hipertensi atau biasa disebut dengan darah tinggi merupakan masalah kesehatan yang banyak di derita oleh masyarakat Indonesia dan hipertensi sendiri bukan penyakit yang menular. Hipertensi ini merupakan penyebab kematian nomor satu di dunia setiap tahunnya. Tekanan darah ini biasanya tidak menunjukkan gejala atau biasanya disebut dengan istilah *Silent Killer,* meskipun hipertensi biasanya diderita oleh usia lanjut namun usia dewasa juga dapat mengalami hipertensi. Belakangan ini pada usia dewasa banyak ditemukan komplikasi pada menderita penyakit hipertensi jika tidak segera ditangani bisa berakibat fatal, di usia dewasa dimulai dari 18 tahun sampai pernikahan, lebih beresiko tinggi mengalami hipertensi yang berkaitan dengan pola hidup yang tidak sehat. Banyak di usia dewasa mengalami masalah tersebut dikarenakan seseorang mengonsumsi rokok, alkohol, obesitas, mengonsumsi yodium yang berlebihan dengan pola hidup seperti ini tidak boleh di teruskan dan harus segera dirubah karena jika berkelanjutan akan berakibat fatal (Ekarini et al., 2020).

Menurut data World Health Organization (WHO) menunjukkan bahwa 972 juta atau 26,4% orang didunia mengidap hipertensi dan kini terus meningkat setiap tahunnya, pada tahun 2025 diperkirakan akan ada 1,5 milyar orang yang terkena penyakit hipertensi dan 9,4 juta meninggal karena hipertensi dan komplikasinya. Hipertensi ini sering terjadi di negara berkembang termasuk Indonesia (Utama, 2021).

Penanganan hipertensi biasanya dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan non farmakologis biasanya dapat dikontrol sendiri seperti mengontrol pola makan, melakukan olahraga olahraga atau terapi seperti yoga, akupresur, dan medikasi yaitu dengan cara pemberian terapi rendam kaki air hangat dengan campuran garam, dimana rendam kaki air hangat dengan campuran garam dapat menurunkan tekanan darah tinggi pada penderita hipertensi (Rohmah et al., 2023).

Dari beberapa alternatif untuk menangani hipertensi non farmakologis dengan murah dan mudah, dan yang bisa dilakukan secara mandiri adalah dengan cara hidroterapi rendam kaki air hangat campuran garam karena, air hangat mempunyai faktor fisiologis yang bermanfaat bagi tubuh terutama pada pembuluh darah yang dimana air hangat bisa melancarkan sirkulasi darah karena air hangat bisa mendorong aliran darah dari kaki menuju rongga dada dan akan berakumulasi pada pembuluh darah besar yaitu jantung sehingga memperlebar pembuluh darah dan dapat menurunkan ketegangan otot. Ketika pembuluh darah melebar dapat mendorong dengan mudah darah menuju jantung, sehingga dapat menurunkan tekanan darah sistolik. Ketika berelaksasi maka tekanan darah akan lancar dan dapat melancarkan tekanan darah diastolik. Terapi ini dapat dilakukan dengan temperatur air 40 derajat dengan dilakukan terapi secara rutin. Membuktikan bahwa setelah dilakukannya hydrotherapy rendam kaki air hangat campuran garam yang dilakukan 3 kali dalam 1 minggu, dengan waktu 10-15 menit, membuktikan dalam intervensi terapi rendam kaki air hangat campuran garam efektif dan signifikan dilakukan untuk penderita hipertensi (Susanti, 2022).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan penyusunan kasus keperawatan dengan bentuk Karya Tulis Ilmiah dengan judul “ Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Usia Dewasa”. Tujuan kasus ini yaitu melakukan pengkajian untuk mendapatkan data klien, menegakkan dignosis pada asuhan keperawatan, menyusun perencanaan pada asuhan keperawatan, melaksanakan tindakan keperawatan pada asuhan keperawatan, dan yang terakhir melakukan evaluasi pada asuhan keperawatan.

**METODELOGI STUDI KASUS**

Studi kasus ini untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada tahap perkembangan keluarga dewasa menggunakan intervensi terapi *rendam kaki air hangat campuran garam.* Subjek yang digunakan pada studi kasus ini adalah subjek satu keluarga pada tahap perkembangan VI dewasa atau usia 18 tahun sampai masa pernikahan, dengan masalah kesehatan hipertensi. Intervensi yang di lakukan kepada klien adalah *Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam*, yang dilakukan 1 minggu 3 kali dengan jarak 2 hari, durasi pelaksanaan 10-15 menit, dengan takaran air 2-3 liter dan garam 20 gram. Studi kasus ini dilakukan di Puskesmas Gondangrejo Karanganyar pada tanggal 30 Januari- 4 Februari 2024 ini dilakukan 4 kali kunjungan. Studi kasus ini menggunakan intervensi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam ini yang merupakan terapi non-farmakologis, terapi ini merupakan metode yang bertujuan untuk melancarkan peredaran darah, inflamasi, meredakan pembengkakan, meningkatkan relaksasi otot dan bertujuan untuk menurunkan tekanan darah (Dedy Irawan, Asmuji, 2022).

**HASIL**

**Pengkajian keperawatan**

Berdasarkan tahapan proses dalam keperawatan, maka langkah pertama dalam proses keperawatan yang dilakukan terhadap keluarga Tn.S adalan pengkajian. Pengkajian awal yang dilakukan dalam studi kasus ini adalah pengetahuan dan cara mengatasi penyakit Hipertensi. Dari pengkajian yang sudah didapatkan dari klien bahwa didalam keluargannya tidak mengetahui gejala dan pantangan dalam penyakit hipertensi, Tn.S sendiri menyadari bahwa dirinya tidak memperhatikan kesehatannya, anak keduannya masih duduk di bangku SMK, dan istrinya tidak dirumah dan jarang pulang, Tn.S mengetahui bahwa dirinya menderita penyakit hipertensi kurang lebih 2 tahunan.

Tn.S mengatakan mempunyai riwayat hipertensi, Tn.S mengatakan awalnya tidak menyadari bahwa dirinya mempunyai penyakit Hipertensi dan biasanya Tn.S tersebut ketika pusing hanya diminumin obat seadanya atau obat yang dibeli diwarung, Tn.S sendiri merasa kalau pusing hanya pusing biasa dan tidak mengetahui tekanan darahnya normal atau tinggi karena tidak pernah cek tekanan darah, Tn.S mengatakan tidak memperhatikan pantangan makanan yang dikonsumsi yang memyebabkan pemicu tekanan darah tinggi, Tn.S mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi tekanan darah tinggi selain meninum obat.

**Diagnosa Keperawatan**

Hasil skoring diagnosis yang muncul didapatkan hasil sebagai berikut:

Dari hasil skoring Defisit Pengatahuan tantang Hipertensi pada Tn.S (D.0111) diberikan treapi rendam kaki air hangat campuran garam yang bertujuan menurunkan tekanan darah tinggi, didapat hasil sifat masalah: aktual dengan nilai 3, kemungkinan sifat masalah dapat diubah: mudah dengan nilai 2, kemungkinan masalah dapat dicegah: tinggi dengan nilai 2, menonjolkan masalah: masalah harus segera ditangani dengan nilai 2, jumlah total untuk diagnosis Defisit Pengetahuan (D.0111) adalah 4 2/3.

Dari hasil skoring Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Eektif (D.0115), didapat hasil sifat masalah : aktual dengan nilai 3, kemungkinan masalah dapat diubah: mudah dengan nilai 1, kemungkinan masalah dapat di cegah: tinggi dengan nilai 1, menonjolkan masalah: masalah harus segera ditangani dengan nilai 2, jumlah total untuk diagnosis Manajemen Kesehatan Keluarga Tidak Efektif (D.0115) adalah 3 1/3.

**Intervensi Keperawatan**

setelah dilakukan pengkajian atau observasi awal terkait penyakit hipertensi pada Tn.S prioritas keperawatan yang diambil berdasarkar skoring yaitu Defisit Pengetahuan (D.0111) sehingga dapat ditentukan intervensi keperawatan yang akan dilakukan pada Tn.S dengan tujuan umum setelah dilakukan kunjungan minimal 4 kali diharapkan perilaku kesehatan membaik dengan kriteria hasil (L.12111) yaitu dengan tujuan perilaku sesuai anjuran meningkat dengan responden mengetahui apa saja yang di perbolehkan dan tidak di perbolehkan untuk yang mempunyai riwayat hipertensi, pengetahuan tentang hipertensi meningkat dengan responden mengetahui apa saja gejala yang ditimbulkan dalam hipertensi, perilaku sesuai dengan pengetahuan meningkat dengan responden paham akan cara pengobatan untuk penderita hipertensi. Kemampuan Tn.S melakukan tindakan Edukasi Kesehatan (I. 12383), dengan mengidentifikasi kesiapan menerima informasi tentang penyakit hipertensi. Pada intervensi ini responden akan diberikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam yang bertujuan menurunkan tekanan darah yang dilakukan 1 minggu 3 kali selama 10-15 menit setiap pelaksanaan terapi, terapi ini mudah untuk dilakukan dengan waktu yang efisien dan bahan untuk terapi tersebut yang mudah dijumpai setiap harinya.

**Implementasi Keperawatan**

Tahap selanjutnya sesuai intervensi yang telah direncanakan penulis melakukan implementasi pada prioritas diagnosis Defisit Pengetahuan (D.0111) dengan melakukan kunjungan 4 kali dengan *informed consent* dan menjelaskan maksud dan tujuan kunjungan di hari pertama pada 30 Januari 2024 pada pukul 13.00 dan responden menyetujui serta menandatangani *informed consent* kepada responden. Pada kunjungan hari kedua pada tanggal 31 Januari 2024 jam 15.00 responden mengizinkan untuk dilakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam tersebut, sebelum dilakukan terapi responden di cek tekanan darah terlebih dahulu dengan hasil 190/80mmHg lalu mengobservasi setelah dilakukan tindakan terapi tersebut di cek ulang kembali tekanan darah responden dengan hasil 180/80mmHg. Pada kunjungan hari ketiga dilakukan pada tanggal 2 Februari 2024 pada pukul 15.00 melakukan cek tekanan darah sebelum dilakukan terpi dengan hasil 180/90mmHg dan melakukan implementasi dengan memberikan motivasi untuk menjaga pola hidup yang sehat seperti menjaga pola makan dan menjaga pergerakan fisik yang menyebabkan tekanan darah naik, memberikan informasi tentang hipertensi dan bahaya nya penyakit hipertensi itu apa lalu mengobservasi responden setelah diberikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam, setelah itu di observasi di cek ualng tekanan darah setelah diberikan terapi dengan hasil 170/80mmHg. Pada kunjungan hari keempat pada tanggal 4 Februari 2024 pada pukul 15.00 melakukan implementasi yang sudah disetujui dan diberikan pada hari sebelumnya, responden akan di cek tekanan darah sebelum melakukan terapi dengan hasil 175/80 mmHg dan menjelaskan tentang pentingnya cek kesehatan rutin dan menggunakan fasilitas kesehatan, selain Pengobatan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam tersebut juga bisa menurunkan tekanan darah. Setelah melakukan terapi dilakukan observasi mengecek tekanan darah responden setelah dilakukan terapi tersebut dengan hasil 165/80 mmHg

**Evaluasi Keperawatan**

Hasil evaluasi keperawatan didapatkan setelah dilakukan 4 kali kunjungan terhadap responden mendapatkan hasil evaluasi di hari terakhir sebagai berikut dengan hasil evaluais pada subjektif: Tn.S mengatakan setelah diberikan penjelasan dan pemahaman tentang bagaimana cara mengatasi hipertensi Tn.S sudah lebih tahu dan paham tentang penyakit hipertensi yang dialaminya. Tn.S mengatakan akan cek kesehatan rutin ke puskesmas terdekat untuk megetahui kondisi tubuhnya. Tn.S mengatakan ketika hipertensi kambuh akan mengonsumsi obat hipertensi yang ada. Tn.S mengatakan akan menggunakan fasilitas kesehatan yang responden punya dan akan menggunakan fasilitas kesehatan tersebut seperti Puskesmas terdekat dan Rumah Sakit terdekat.

Hasil evaluasi pada objektif adalah Tn.S mengatakan lebih mengetahui apa yang menyebabkan tekanan darah naik, Tn.S mengatakan bahwa akan mengurangi makanan yang asin, akan berolahraga sesuai kemampuan dan yang tidak menganggu kesehatan tubuh. Tn.S bersedia untuk melakukan terapi rendam kaki air hangat campuran garam sesuai apa yang sudah diajarkan. Rendam kaki air hangat dilakukan 3x dalam 1 minggu. Analisa yang didapat pada evaluasi dengan diagnosis Defisit Pengetahuan adalah keluarga mampu memahapi tentang penyakit yang dihadapinya. Pleaning mempertahankan aktivitas fisik yaitu dengan cara rendam kaki air hangat campuran garam dapat menurunkan tekanan darah tinggi.

Berdasarkan hasil studi, diketahui bahwa setelah dilakukan kunjungan 4 kali dengan pemberian terapi rendam kaki air hangat campuran garam, kemampuan keluarga dan responden untuk memahami masalah penyakit yanga sedang dihadapi meningkat. Setelah dilakukan pemberian terapi rendam kaki air hangat campuran garam sesuai standar operasional prosedur yang ada didapatkan bahwa hasil tekanan darah menurun setelah dilakukan terapi sebelumnya dilakukan pengukuran tekanan darah yaitu 190/80 mmHg menjadi 165/80 mmHg.

**PEMBAHASAN**

**Pengkajian keperawatan**

Berdasarkan pengkajian pada tanggal 30 Januari 2024 pada Tn.S yang berusia 59 tahun dengan pekerjaan sebagai satpam, pendidikan terakhir SLTA yang di diagnosa hipertensi ini tidak memahami tentang penyakit yang dialaminya. Pada saat pengkajian didapatkan data subjektif dan data objektif, data subjektif pada Tn.S mengatakan bahawa dirinya mengalami penyakit hipertensi pada waktu itu karena setiap merasa pusing Tn.S hanya mengonsumsi obat pusing yang beli diwarung atau obat-obatan untuk pusing yang ada dirumah saja. Tn.S mengatakan tidak mengetahui untuk pantangan makanan apa saja yang tidak boleh dimakan untuk seorang yang mengalami hipertensi tersebut. Tn.S mengatakan tidak pernah cek rutin tekanan darah ke fasilitas kesehatan terdekat. Tn.S juga mengatakan bahwa dirinya tidak tau cara mengatasi hipertensi selain mengonsumsi obat-obatan yang ada. Data objektif yang didapatkan adalah Tn.S gagal dalam memahami tentang penyakit hipertensi dalam hal pengobatan, tidak cek kesehatan rutin ke fasilitas kesehatan, tidak menerapkan pola hidup sehat, dan tidak mengetahiu cara pengobatan lain selain mengonsumsi obat yang ada dalam mencegah penyakit hipertensi tersebut (Ubaidillah, 2021).

Penyakit hipertensi tidak hanya sekedar di hipertensi saja tetapi juga berisiko dengan penyakit jantung, gagal ginjal, diabetes, semakin tinggi tekanan darah semakin besar resiko yang akan terjadi. Maka dari itu responden maupun anggota keluarganya harus mengetahui dan memahami tentang penyakit hipertensi (Ramadhan, 2021).

**Diagnosa Keperawatan**

Diagnosis keperawatan keluarga pada Tn.S dengan hipertensi ditemukan diagnosis keperawatan berdasarkan Standar Diangnosa Keperawatan Indonesia (SDKI), Defisit Pengetahuan tentang Hipertesi pada Tn.S (D.0111) menjadi prioritas masalah keperawatan yang terjadi kepada Tn.S berdasarkan hasil dari skoring yang didapatkan dengan total nilai , dilihat dari sifat masalah: aktual dengan nilai 3, kemungkinan sifat masalah dapat diubah: mudah dengan nilai 2, kemungkinan masalah dapat dicegah: tinggi dengan nilai 2, menonjolkan masalah: masalah harus segera ditangani dengan nilai 2. Menurut Standar Luaran Keperawatan Indonesia (SLKI), kriteria hasil pada Tn.S dengan Defisit Pengetahuan (D.0111) yaitu kemampuan pengetahuan tentang penyakit hipertensi meningkat. Yang dimaksut pengetahuan meningkat terhadap responden yaitu responden paham akan terkait hipertensi, responden siap untuk menerima tentang hipertensi, responden mengetahui gejala hipertensi, responden mengetahui apa yang tidak boleh dilakukan untuk penderita hipertensi.

**Intervensi Keperawatan**

Intervensi yang tepat untuk dignosis Defisit Keperawatan (D.0111) meliputi pendidikan kesehatan sesuai kesepakatan, penyebab, tanda dan gejala yang ditimbulkan oleh hipertensi, komplikasi penyakit pada hipertensi. Ada faktor yang mempengaruhi perawat untuk memberikan pendidikan kesehatan atau edukasi, pasien harus kondisi nya bagaimana, penyebabnya apa, dan apa yang harus dilakukan. Selain itu pasien juga harus tau bagaimana cara mencegah dan mengobatinya yang harus bisa dicapai pasien.

Intervensi yang akan dilakukan rencana keperawaatan pada Tn.S yaitu memfokuskan pada tindakan keperawatan, melakukan penanganan untuk menurunkan tekanan darah secara non farmakologis yaitu dengan pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam yang bertujuan untuk menurunkan tekanan darah. Pemberian terapi non farmakologis dengan cara rendam kaki air hangat ini karena bisa merilekskan otot, dan melebarkan pori-pori bagian kaki sehingga bisa melancarkan peredaran darah. Terapi non farmakologis ini juga alat dan bahannya setiap hari kita temukan dirumah jadi mudah ketika akan melakukannya. Terapi rendam kaki air hangat ini dilakukan 1 minggu 3 kali dengan ketentuan waktu 10-15 menit dengan takaran air 2 liter, garam 20 gram, dengan suhu air 40 derajat (Tomaya, 2023).

Berdasarkan studi kasus yang diambil intervensi diambil prioritas diagnosis utama yaitu Defisit Pengetahuan (D.0111). setelah dilakukan kunjungan sebanyak 4 kali diharapkan pengetahuan tentang hipertensi meningkat (L.12111) yaitu dengan tujuan perilaku sesuai anjuran meningkat dengan responden mengetahui apa saja yang di perbolehkan dan tidak di perbolehkan untuk yang mempunyai riwayat hipertensi, pengetahuan tentang hipertensi meningkat dengan responden mengetahui apa saja gejala yang ditimbulkan dalam hipertensi, perilaku sesuai dengan pengetahuan meningkat dengan responden paham akan cara pengobatan untuk penderita hipertensi dan pemberian terapi non farmakologis Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam. Intervensi yang sudah disusun merupakan tindakan yang bisa menurukan tekanan darah dengan melakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam yang sudah sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP).

**Implementasi Keperawatan**

Implementasi yang akan dilakukan untuk diagnosa Defisit Pengetahuan (D.0111) yaitu dengan menyediakan materi pendidikan kesehatan, apa tanda dan gejala hipertensi, menjelaskan komplikasi penyakit hipertensi bila tidak segera ditangani, mengidentifikasi dalam menerima informasi. Mengedukasi tentang bagaimana mengonsumsi obat-obatan, menjelaskan efek samping obat jika dikonsumsi dalam jangka panjang. Serta mengedukasi pengobatan dengan cara non farmakologis yaitu dengan cara Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam. Metode pemberian terapi ini dilakukan 1 minggu 3 kali, estimasi waktu setiap pemberian terapi 10-15 menit, dengan takan air sekitar 2 liter, takaran garam 20 gram. Terapi ini bisa dilakukan dimana saja karena bahan dalan alat nya mudah dijangkau dan ditemui setiap harinya. Kegiatan pelaksanaan dilaksanakannya kunjungan ke rumah responden untuk menilai respon sebelum dan sesudah dilakukannya terapi ini dimulai pada tanggal 31 Januari 2024 sampai 4 Februari 2024, sebelum dilakukan kunjungan respodan di wawancarai terlebih dahulu terkait masalah penyakit pada responden setelah itu reponden sudan menyetujui dan mengisi *informed consent.* Berikut langkah-langkah untuk melakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP) (1.) Air hangat kira-kira 2-3 liter dengan suhu 40 derajat. (2) Tuangkan garam ke dalam ember/baskom sebanyak 20 gram. (3) Siapkan tensi, handuk, dan ember/baskom. (4)Kemudian anjurkan responden duduk di kursi dengan rileks dan bersandar. (5) Dan melakukan tensi kepada pasien. (6) Kemudian tuangkan air hangat ke ember/baksom. (7) Setelah itu rendam kaki air hangat kedalam ember yang berisi air campuran garam tersebut sekama 10-15 menit.

Setelah itu angkat kedua kaki, bilas dengan air dingin dan keringkan dengan handuk kemudian tensi ulang responden.

**Tabel 1. Hasil observasi intervensi pengkuran darah dalam pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Hari/Tanggal/Jam | Sebelum | Sesudah |
| 30 Januari 2024 | 190/80 mmHg | 180/80mmHg |
| 1 Februari 2024 | 180/90mmHg | 170/80mmHg |
| 3 Februari 2024 | 175/80mmHg | 165/80mmHg |

Dari data tabel berikut terlikat akan penurunan tekanan darah sebelum dan setelah diberikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam. Pada hari kedua sebelum dilakukan terapi di cek tekanan darah terdapat 190/80mmHg lalu setalah diberikan terapi tersebut turun menjadi 180/80mmHg, kunjungan hari ketiga sebelum dilakukan terapi di cek tekanan darahnya terdapat 180/90mmHg lalu setelah dilakukan terapi turun menjadi 170/80mmHg, lalu pertemuan hari terakhir yaitu hari keempat sebelum dilakukan terapi di cek tekanan darah terdapat 175/80mmHg dan setelah di lakukan terapi turun menjadi 165/80mmHg. Berdasarkan pengukuran tekanan darah tersebut mengalami penurunan setelah diberikan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam. Perdasarkan teori terapi rendam kaki air hangat campuran garam ini bisa melebarkan pori-pori, merilekskan otot kaki, dan melancarkan sirkulasi peredaran darah sehingga bisa menurunkan tekanan darah (Dedy Irawan, Asmuji, 2022).

**Evaluasi Keperawatan**

Setelah dilakukan proses tindakan tersebut tekanan darah sudah menurun. Setelah kunjungan selesai diharapkan responden bisa mempraktikkan nya sendiri dirumah terapi rendam kaki air hangat campuran garam yang dilakukan 1 minggu 3 kali dalam estimasi waktu pelaksanaan 10-15 menit

Pada studi kasus ini diagnosa prioritas yaitu Defisit Pengetahuan (D.0111) yaitu meningkatkan pengetahuan tentang penyakit hipertensi dengan pemberian Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam, meningkatkan pengetahuan tentang menerapkan pola hidup yang sehat. Hasil evaluasi subjektif yang didapatkan dari Tn.S adalah responden sudah mengetahui cara bagaimana cara mencegah hipertensi, responden juga mengatakan sudah tau makanan apa saja yang boleh dan tidak boleh di konsumsi untuk penderita penyakit hipertensi, responden mengatakan akan meminum obat sesuai indikasi dari dokter, dan akan menggunakan fasilitas pelayanan kesehatan yang terdekat untuk mengecek kesehatan rutin tekanan darah.dan responden juga sudah mengetahui cara menurunkan tekanan darah dengan cara non farmakologis seperti tang sudah di ajarkan yaitu dengan cara menggunakan terapi rendam kaki air hangat campuran garam yang dilakukan 1 minggu 3 kali. Hasil evaluasi dari kunjungan hari pertama hingga hari kedua hasilnya menurun, kunjungan petama dilaksanakan pada tanggal 30 Januari 2024 dengan tekanan darah awal 190/80mmHg setelah di lakukan terapi menjadi 180/80mmHg, kunjungan hari kedua dengan tekanan darah awal 180/90mmHg setelah dilakukan terapi menjadi 170/80mmHg, dan kunjungan hari terakhir yaitu hari ketiga tekanan darah awal 175/80mmHg setelah dilakukan terapi menjadi 165/80mmHg. Untuk rencana selanjutnya Tn.S bisa melakukannya sendiri dirumah dengan melakukan rendam kaki air hangat campuran garam tersebut. Karena kondisi Tn.S setelah dilakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam ini tekanan darahnya manurun menjadi 165/80mmHg (Tomaya, 2023).

**KESIMPULAN**

Hasil evaluasi pada Tn.S setelah dilakukan 4 kali kunjungan sudah mengetahui bagaimana cara mencegah penyakit hipertensi, mengetahui gejalanya, mengetahui pantangan apa saja yang boleh dan tidak boleh dilakukan pada penderita hipertensi, Tn.S mengatakan akan menggunkaan fasilitas kesehatan terdekat dan akan rutin cek kesehatannya, dan akan menerapkan terapi yang sudah diajarkan yaitu Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam, dan akan mengikuti arahan-arahan yang sudah diberikan pada saat kunjungan dilaksanakan.

**SARAN**

1. **Bagi Puskesmas**

Bagi puskesmas disarankan untuk memeberikan pengalaman keperawatan bagaimana merawat dan mengontrol tekanan darah agar tidak terjadinya hipertensi, cara menerapkan pola hidup sehat, mengajurkan untuk berolahraga sesuai kapasitas tubuh, dan mengajarkan untuk bagimana cara menangani hipertensi selain dengan pengobatan medis dalah satunya dengan melakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam.

1. **Bagi Institusi Pendidikan**

Diharapkan mampu meningkatkan mutu dalam pembelAajaran untuk menghasilkan perawat-perawat yang profesional, inovatif, terampil, dan lebih berkualitas dalam memberikan asuhan keperawatan yang komperhensif berdasarkan ilmu dan kode etik keperawatan

1. **Bagi Pembaca**

Diharapkan dapat menambah pemahaman dan pengalaman dengan konsep penyakit dan penatalaksanaan asuhan keperawatan dalam kegiatan dan terapi yang dilakukan Terapi Rendam Kaki Air Hangat Campuran Garam oleh pasien hipertensi.

1. **Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan dapat menjadi referensi dalam mengaplikasikan ilmu dan meningkatkan pengalaman dalam melakukan intervensi berbasis pengalaman di bidang keperawatan keluarga.

**DAFTAR PUSTAKA**

Dedy I., Asmuji, Z. E. Y. (2022). *terapi rendam kaki air hangat campuran jurnal dewasa*. *9*(2), 119–125.

Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, *5*(1), 61–73. https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357

Ramadhan, M. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Ny N Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RS Kartika Husada. *Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadyah Pontianak*, *1*(1), 1–93.

Rohmah, M., Wahyuningsih, T., & Kurtusi, A. (2023). Pengaruh Hydroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Tehadap Perubahan Tekanan Darah Pada Paisen Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Universitas Yatsi Madani*, *12*(1), 29–34. https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.224

Safrudin, A. (2021). tahapan keluarga. *Galang Tanjung*, *2504*, 1–9.

Susanti, E. (2022). Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Palembang. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *13*(2), 185. https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.2792

Tomaya, Y. (2023). *PENGARUH RENDAMAN KAKI AIR HANGAT DENGAN CAMPURAN GARAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITAHIPERTENSI DI DESA DUNGGALA, KECAMATAN BATUDAA*. *3*(1).

Dedy Irawan, Asmuji, Z. E. Y. (2022). *terapi rendam kaki air hangat campuran jurnal dewasa*. *9*(2), 119–125.

Ekarini, N. L. P., Wahyuni, J. D., & Sulistyowati, D. (2020). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Hipertensi Pada Usia Dewasa. *Jkep*, *5*(1), 61–73. https://doi.org/10.32668/jkep.v5i1.357

Ramadhan, M. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Ny N Yang Mengalami Hipertensi Dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut di RS Kartika Husada. *Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadyah Pontianak*, *1*(1), 1–93.

Rohmah, M., Wahyuningsih, T., & Kurtusi, A. (2023). Pengaruh Hydroterapi Rendam Kaki Air Hangat Dengan Campuran Garam Tehadap Perubahan Tekanan Darah Pada Paisen Hipertensi. *Jurnal Kesehatan Universitas Yatsi Madani*, *12*(1), 29–34. https://doi.org/10.37048/kesehatan.v12i1.224

Safrudin, A. (2021). tahapan keluarga. *Galang Tanjung*, *2504*, 1–9.

Susanti, E. (2022). Pengaruh Hidroterapi Rendam Kaki Air Hangat Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Penderita Hipertensi Di Palembang. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, *13*(2), 185. https://doi.org/10.32382/jmk.v13i2.2792

Tomaya, Y. (2023). *PENGARUH RENDAMAN KAKI AIR HANGAT DENGAN CAMPURAN GARAM TERHADAP PENURUNAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITAHIPERTENSI DI DESA DUNGGALA, KECAMATAN BATUDAA*. *3*(1).

Tuwaidan, A. (2021). jurnal kti keluarga 2021. In *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents* (Vol. 3, Issue 2).

Ubaidillah, M. (2021). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Hipertensi Dengan Masalah Nyeri Akut Di Desa Pasrepan Kabupaten Pasuruan. In *Politeknik Kesehatan Cendekia Sidoarjo*.

Utama, Y. A. (2021). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi : Literatur Review. *Jurnal ’Aisyiyah Medika*, *6*(2). https://doi.org/10.36729/jam.v6i2.663

Widyastuti, E. (2020). *Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Tahap Perkembangan Keluarga Usia Dewasa 2020*. 275. https://doi.org/10.35393/1730-006-002-014